

نام و نام خانوادگی : سئوالات امتحان درس : سلامت و بهداشت پایه : دوازدهم رشته ریاضی ، انسانی نام دبیر :خانم زینلی		باسمه تعالی مدیریت آموزش و پرورش ناحیه ۴ دبیرستان غیر دولتی هدی (دوره دوم) آزمون نوبت اول سال تحصیلی ۹۸-۹۷ تعداد صفحه : ۲ تعداد سؤال : ۱۷		تاریخ آزمون : ۹۷/۱۰/۲۲ مدت امتحان : ۵۰ دقیقه نیاز به پاسخنامه ندارد. شماره صندلی :													
تاریخ تصحیح : ۹۷/ / نمره : با عدد () نمره با حروف : () امضای دبیر :																	
ردیف	شرح سوالات				بارم												
۱	جاهای خالی را با کلمات مناسب کامل کنید؟ الف) عبارت است از داشتن قدرت تطابق با شرایط محیطی و بروز عکس العمل مناسب در برابر مشکلات زندگی ب) بیماری های بیماری هایی هستند که به عللی از جمله پایین بودن سطح بهداشت فردی ایجاد میشوند. ج) یعنی فعالیت هایی که خود یا خانواده مان برای حفظ و ارتقای سلامت انجام میدهیم. د) وقتی سروصدا از حد میگذرد با عوارضی برای سلامت افراد همراه است که آن را مینامیم.				۲												
۲	به سوالات زیر پاسخ کوتاه بدهید؟ الف) دو مورد از بیماری هایی که مستقیماً با سبک زندگی ارتباط دارند را نام ببرید؟ ب) اصل تنوع در تغذیه سالم به چه معناست؟ ج) در بین عوامل خطر بیماری های قلبی - عروقی کدامیک از مهمترین عوامل خطر هستند؟ د) دو راه اصلی پیشگیری از انتقال اچ آی وی چیست؟				۲												
۳	گزینه صحیح را انتخاب کنید؟ الف) کدامیک از بیماری های زیر به عنوان قاتل خاموش شناخته میشود؟ ۱) دیابت ۲) فشارخون ۳) اچ آی وی ۴) سکنه قلبی ب) از آزمایشات زیر کدامیک مربوط به ازدواج نیست؟ ۱) آزمایش ادرار ۲) آزمایش خون ۳) آزمایش قندخون ۴) تزریق واکسن کزاز برای خانمها				۱												
۴	علائم هر بیماری در ستون الف را به مورد مربوط در ستون "ب" مشخص نمایید؟ (یک مورد اضافی است)				۱												
<table><tr><td>الف</td><td>ب</td></tr><tr><td>سنگینی و درد در قفسه سینه</td><td>دیابت</td></tr><tr><td>از دست دادن ناگهانی احساس در بازو</td><td>سکنه قلبی</td></tr><tr><td>زخم های بدون بهبود</td><td>سکنه مغزی</td></tr><tr><td>برفک دهانی</td><td>سرطان</td></tr><tr><td></td><td>ایدز</td></tr></table>					الف	ب	سنگینی و درد در قفسه سینه	دیابت	از دست دادن ناگهانی احساس در بازو	سکنه قلبی	زخم های بدون بهبود	سکنه مغزی	برفک دهانی	سرطان		ایدز	
الف	ب																
سنگینی و درد در قفسه سینه	دیابت																
از دست دادن ناگهانی احساس در بازو	سکنه قلبی																
زخم های بدون بهبود	سکنه مغزی																
برفک دهانی	سرطان																
	ایدز																
۵	چهار عامل موثر بر سلامت را نام ببرید؟				۱												

۶	افراد چاق برای کاهش وزن خود چه اصولی را باید رعایت کنند؟	۱
۷	وزن مطلوب چیست؟	۱
۸	اصول بهداشتی در جلوگیری از آلودگی و فساد مواد غذایی را نام ببرید؟ (دو مورد)	۱
۹	مواد معدنی شامل چه چیزهایی هستند و چه نقشی در بدن دارند؟	۱
۱۰	سه نوع از آداب خوردن و آشامیدن در فرهنگ اسلامی را نام ببرید؟	۱/۵
۱۱	اسیدهای چرب اشباع چه تاثیری بر خون دارند؟	۱
۱۲	بیماری های غیرواگیردار چه بیماری هایی هستند؟	۱
۱۳	بیماری هیپاتیت به چه وضعیتی گفته میشود؟	۱
۱۴	ویروس ایدز از طریق چه تماس هایی منتقل نمیشود؟ دو مورد	۱
۱۵	بهداشت فردی چیست؟	۱
۱۶	استراحت و خواب کافی لازمه چه چیزی در انسان است؟	۱
۱۷	بلوغ روانی به عنوان یکی از شروط ازدواج به چه معنا است؟	۱/۵